



**MINISTÈRE  
DE L'ÉDUCATION  
NATIONALE,  
DE L'ENSEIGNEMENT  
SUPÉRIEUR  
ET DE LA RECHERCHE**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



# **Programme d'éducation à la vie affective et relationnelle à l'école maternelle**

Février 2025



# École maternelle

## → Objectifs d'apprentissage par axe du programme et par niveau

Niveaux	Se connaître, vivre et grandir avec son corps	Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir	Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable
À aborder avant 4 ans	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître son corps.</li> <li>• Comprendre ce qu'est l'intimité.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprendre à exprimer son accord ou son refus, apprendre à envisager et à respecter un refus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Appréhender et comprendre l'égalité entre les filles et les garçons et la liberté d'être soi-même.</li> </ul>
À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître son corps et identifier des émotions.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier une personne de confiance (adulte, enfant), apprendre à faire appel à eux.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivre l'égalité entre les filles et les garçons. Découvrir les différentes structures familiales et les respecter.</li> </ul>
À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître son corps, ses sensations et ses émotions.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier différents types de sentiments dans sa relation à l'autre.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Découvrir les ressemblances et les différences entre les autres et soi, respecter les autres dans leur différence ; être respecté par eux.</li> </ul>

## → À aborder avant 4 ans

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

### Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✔ **Objectif d'apprentissage** : Connaître son corps et comprendre ce qu'est l'intimité.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nommer les différentes parties du corps.</li> <li>• Prendre conscience de ce qu'est l'intimité : les parties intimes du corps ; les espaces d'intimité ; les mots, les gestes et les conduites associés.</li> <li>• Développer sa connaissance de soi.</li> <li>• Identifier les espaces où chacune et chacun a droit à son intimité par rapport aux adultes et aux autres élèves.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nommer, par exemple à partir d'albums ou de jouets, les différentes parties du corps, les nommer en partant des dénominations spontanées pour aller vers un vocabulaire scientifique.</li> <li>• S'approprier la notion d'intimité à partir de différentes situations de la vie quotidienne, relatives par exemple à l'habillage-déshabillage (toilette, consultation médicale, à l'école) ou dans des albums traitant de ces situations.</li> </ul>

## Rencontrer les autres et construire des relations, s’y épanouir

✔ **Objectif d'apprentissage** : Apprendre à exprimer son accord ou son refus, apprendre à envisager et à respecter un refus.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
<ul style="list-style-type: none"><li>• Développer la capacité de s'affirmer par le consentement et le refus.</li><li>• Développer la capacité de respecter le refus de l'autre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apprendre à associer un geste à un mot simple (« non », « oui », « d'accord », « stop »), en particulier dans des situations qui nécessitent un contact physique (par exemple, « est-ce que je peux m'asseoir à côté de toi ? »).</li><li>• À partir de situations de la vie quotidienne, systématiser l'expression de son consentement ou son refus, ainsi que de son acceptation (avec les adultes et les élèves): « Est-ce que je peux m'asseoir à côté de toi ? » ; « Est-ce que je peux te prendre la main ? » ; « Est-ce que je peux te prendre dans mes bras pour te consoler ? » ; etc.</li><li>• Au cours de séances d'activités physiques et artistiques :<ul style="list-style-type: none"><li>- exprimer l'accord ou le désaccord par le geste et le déplacement à travers des rondes et jeux chantés et dansés ;</li><li>- effectuer une suite de mouvements et de déplacements sur la thématique consentement/refus, avec ou sans support musical.</li></ul></li></ul>

## Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

✔ **Objectif d'apprentissage** : Appréhender et comprendre l'égalité entre les filles et les garçons et la liberté d'être soi-même.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
<ul style="list-style-type: none"><li>• Comprendre qu'une activité ou un métier peuvent être choisis indifféremment par les filles ou les garçons, en fonction des compétences requises et de l'envie de l'exercer.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lors d'une activité d'expression orale à partir d'un album jeunesse, ou d'activités menées en classe, comprendre que le choix d'une activité et les goûts ne sont pas prédéterminés par le fait d'être une fille ou un garçon.</li><li>• Choisir parmi de nombreuses illustrations de métiers/activités/sports celles qu'on aime, qu'on voudrait faire et celles qu'on n'aime pas et que l'on n'aimerait pas faire ; expliquer les choix à l'oral ou à l'écrit.</li><li>• Participer à des activités de classement et des jeux de la classe pour exprimer ses goûts (j'aime/je n'aime pas), réaliser une affiche avec les jeux préférés dans la classe et comprendre que ces jeux ne sont pas réservés aux filles ou aux garçons.</li><li>• Décrire et échanger à partir de la lecture d'albums ou d'imagiers en explicitant les assignations de rôle et les stéréotypes perceptibles.</li></ul>

## → À partir de 4 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

### Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✔ **Objectif d'apprentissage** : Connaître son corps et identifier des émotions.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
<ul style="list-style-type: none"><li>• Nommer les différentes parties du corps.</li><li>• Découvrir ce qu'est une grossesse et la naissance.</li><li>• Découvrir et identifier ses émotions (quatre des émotions de base : joie, tristesse, peur, colère), ses sentiments et les reconnaître quand on les ressent.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Repérer et nommer, à partir d'imagiers ou de planches dessinées, les différentes parties du corps, les ressemblances et les différences physiques entre les filles et les garçons.</li><li>• Découvrir ce qu'est une grossesse et la naissance, en particulier à l'occasion de la naissance d'un enfant dans l'entourage de la classe et en partant des représentations des élèves.</li><li>• Lors des parcours de motricité : exprimer sa peur de monter ou de descendre, sa joie de réussir, le plaisir d'essayer (et accepter de se tromper).</li><li>• À partir de saynètes, d'albums, de productions écrites ou dessinées, nommer et décrire les émotions des personnages à la lecture des expressions de leur visage.</li></ul>

### Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✔ **Objectif d'apprentissage** : Identifier une personne de confiance (adulte, enfant), apprendre à faire appel à eux.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
<ul style="list-style-type: none"><li>• Définir la notion de confiance.</li><li>• Définir un adulte de confiance comme étant un adulte à qui on peut parler et qui est susceptible d'apporter une aide et avec qui on se sent bien (école, famille, environnement médical, sportif, etc.).</li><li>• Identifier un adulte de confiance.</li><li>• Savoir qu'il existe des comportements interdits même avec un adulte de confiance.</li><li>• Distinguer ce que l'on peut garder pour soi ou entre enfants (un secret), d'une situation de danger ou de violence qu'il est important de partager avec un adulte de confiance.</li><li>• Renforcer son attention à ses sensations.</li><li>• Savoir demander de l'aide pour soi ou pour les autres.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Décrire, à partir de la lecture d'albums sur des secrets, les émotions des personnages face au secret reçu, comprendre les motivations des créateurs du secret.</li><li>• Découvrir qu'un secret ne doit pas faire de mal et que toute situation de malaise, de souffrance, de danger ne doit pas constituer un secret, mais doit être partagée avec un adulte de confiance. Prendre des exemples de secrets positifs (un poème, la fabrication d'un cadeau, d'une carte, etc.) et de situations qui nécessitent au contraire d'être signalées.</li><li>• Créer collectivement une « marguerite des adultes de confiance », en s'appuyant sur les « marguerites » individuelles. Apprendre à repérer les adultes avec lesquels il est possible d'exprimer ses joies et ses peines, et qui seraient capables d'apporter de l'aide en cas de difficulté.</li><li>• Explorer ce qui pourrait troubler cette confiance et provoquer un sentiment de malaise, de peur, etc.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Réfléchir aux changements possibles des personnes de confiance, si quelque chose fait peur ou met mal à l'aise dans la relation.</li> <li>• Apprendre à porter attention à ses sensations lors d'activités variées. Exprimer ensuite ce que l'on ressent, à l'oral ou à l'écrit.</li> <li>• Dans les situations de vie de la classe (difficulté face à une tâche à réaliser, conflit avec un autre élève, douleur, etc.), utiliser des outils ou des formules proposées par l'enseignant pour demander de l'aide ou aller dans un endroit de la classe défini comme « le coin de l'aide » (par exemple, lever une carte avec un symbole, dire « j'ai besoin d'aide », etc.).</li> </ul>
--	--

### Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

 **Objectif d'apprentissage :** Vivre l'égalité entre les filles et les garçons. Découvrir les différentes structures familiales et les respecter.

<b>Notions et compétences</b>	<b>Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre conscience qu'il est possible d'acquérir et de développer des compétences diversifiées, quel que soit son sexe.</li> <li>• Appréhender, comprendre et respecter les différentes structures familiales à partir de ce que l'élève a observé dans son environnement proche à cet âge.</li> <li>• Développer des liens sociaux (aller vers l'autre, entrer en relation, etc.).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participer à des activités qui permettent de s'épanouir, par exemple à travers l'utilisation mixte, ouverte et proposée à tous, de tous les espaces de jeux (coin cuisine, garage, bricolage, déguisement), la participation aux activités artistiques et physiques, l'utilisation de matériel aux couleurs variées.</li> <li>• Décrire sa famille et son environnement proche (par exemple avec un support comme le cahier de vie de l'élève).</li> <li>• Lire des albums sur le thème : « Qu'est-ce qu'une famille ? ». Observer différents types de famille (images, photographies, récits). Parler de sa famille avec d'autres élèves.</li> </ul>

## → À partir de 5 ans ou dès que les apprentissages précédents ont pu être observés

Les trois séances spécifiques doivent aborder l'ensemble des objectifs d'apprentissage et des notions et compétences associées.

### Se connaître, vivre et grandir avec son corps

✔ **Objectif d'apprentissage :** Connaître son corps, ses sensations et ses émotions.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
<ul style="list-style-type: none"><li>• Identifier ses émotions et sentiments et celles des autres.</li><li>• Prendre conscience de la différence de sensations selon les personnes et du fait qu'un même évènement n'engendre pas la même réaction chez tous.</li><li>• Communiquer de façon efficace et constructive.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• À partir d'œuvres d'art comme des photos ou des tableaux, reconnaître ou dessiner un personnage joyeux ou triste pour identifier les manifestations physiques des émotions.</li><li>• Mimer, recréer les expressions de son camarade en lien avec des émotions.</li><li>• Apprendre à s'exprimer par des messages clairs, en particulier dans le champ des émotions. Lors d'une situation de conflit, participer à un temps pour exprimer clairement ses émotions dans le respect de l'autre.</li><li>• Découvrir différents sens (voir, entendre, goûter, sentir, toucher), nommer son ressenti, l'exprimer à l'oral ou à l'écrit et observer que les réactions peuvent ne pas être les mêmes chez tous.</li><li>• Apprendre à repérer les adultes qui seraient capables d'apporter de l'aide en cas de difficulté.</li></ul>

### Rencontrer les autres et construire des relations, s'y épanouir

✔ **Objectif d'apprentissage :** Identifier différents types de sentiments dans sa relation à l'autre.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
<ul style="list-style-type: none"><li>• Identifier différents types de sentiments (par exemple, l'amitié, l'amour).</li><li>• Définir et prendre conscience de ce qu'est l'amitié.</li><li>• Développer des liens sociaux positifs (par exemple, aller vers l'autre, entrer en relation, nouer des amitiés).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apprendre à définir sa relation aux autres et à exprimer les émotions qu'elle procure :<ul style="list-style-type: none"><li>- une personne que j'aime bien ;</li><li>- une personne avec qui je suis à l'aise ;</li><li>- une personne qui m'écoute quand je parle ;</li><li>- une personne qui va toujours essayer de m'aider si j'ai un problème.</li></ul></li><li>• Décrire les composantes positives d'une relation à l'autre (par exemple, la confiance, l'échange, le respect, le soutien, l'empathie et l'entraide) et comment il est possible de les exprimer.</li><li>• Expérimenter la notion de confiance au travers d'un jeu de motricité de type colin-maillard et exprimer ses ressentis (choix du partenaire, relation de confiance, émotions éventuelles).</li><li>• Participer à des activités collaboratives ou coopératives avec d'autres élèves (y compris des élèves d'autres classes ou hors de son groupe d'amis), par exemple pour réaliser un parcours en motricité avec du matériel qu'il n'est pas possible de déplacer seul ou en jouant à des jeux de société collaboratifs. Exprimer, à l'oral ou à l'écrit, ce que l'on ressent quand on va demander quelque chose à quelqu'un qu'on connaît ou non.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprendre qu'il est possible de refuser une démarche ou une action sans remettre en question des liens d'amitié.</li> <li>• Lors de conflits, utiliser un « message clair » permettant d'exprimer dans un cadre choisi et expliqué à l'autre la contrariété vécue par l'un face au comportement de l'autre.</li> </ul>
--	---

### Trouver sa place dans la société, y être libre et responsable

 **Objectif d'apprentissage :** Découvrir les ressemblances et les différences entre les autres et soi, respecter les autres dans leur différence ; être respecté par eux.

Notions et compétences	Propositions de démarches et d'activités pour les séances ou temps d'enseignement spécifiques
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifier les ressemblances et les différences physiques entre les filles et les garçons.</li> <li>• Décrire ce que signifie traiter quelqu'un avec respect et identifier les effets de ses paroles et de ses actes sur les autres.</li> <li>• Développer l'empathie et des relations sociales constructives (comportements tels que la collaboration, la coopération, l'entraide).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• À partir d'albums de littérature jeunesse, identifier des ressemblances et des différences entre les personnages, les décrire sous la forme d'un texte.</li> <li>• Proposer et pratiquer des actions qui favorisent l'égalité entre les filles et les garçons, par exemple à propos de la répartition des espaces de cour disponibles et des jeux collectifs qui y sont menés.</li> <li>• À partir d'une image ou d'une photographie : décrire ce que ressentent les différents personnages, écrire un dialogue imaginaire entre les personnages, exprimant leurs pensées et émotions.</li> <li>• Participer à des jeux et activités collaboratifs ou coopératifs (jeux de société, co-construction).</li> </ul>

[education.gouv.fr](https://education.gouv.fr)